Panduan Berpuasa bagi *Pesakit*

Jabatan Kemajuan Islam Malaysia
جابتن کماجوان اسلام مليسيا

PANDUAN BERPUASA BAGI PESAKIT

Risalah Isu Semasa

PANDUAN BERPUASA BAGI PESAKIT

Disahkan oleh:
Muzakarah Jawatankuasa Fatwa Kebangsaan

JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA

ISI KANDUNGAN HALAMAN

KATA- KATA ALUAN

Assalamualaikum Wr. Wbt.

Alhamdulillah, puji dan syukur ke hadrat Allah SWT di atas limpah kurniaNya, Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM) dapat menerbitkan Risalah Panduan Berpuasa Bagi Pesakit.

Berpuasa di bulan Ramadhan adalah rukun Islam kedua. Ia merupakan kewajipan kepada setiap umat Islam yang mukallaf. Buku ini adalah lanjutan daripada Buku Panduan Puasa Ramadhan susunan Sarip Adul terbitan JAKIM pada tahun 2000. Namun demikian, buku ini turut mengupas persoalan yang lebih kompleks termasuk beberapa prosedur rawatan sama ada ia akan menjejaskan puasa ataupun tidak. Panduan, nasihat dan doa juga disertakan di akhir bab bagi memudahkan masyarakat, khususnya pesakit dalam memahami persoalan puasa dan mengamalkan amalan-amalan yang bermanfaat.

Akhir kata, saya mengucapkan ribuan terima kasih kepada Y.Bhg. Dato' Hj. Mohd Saleh bin Hj. Ahmad yang banyak membantu mengemaskini serta menyemak risalah kecil ini. Begitu juga Y.Bhg. Dr. Hj. Sallehuddin bin Abu Bakar dari Jabatan Kesihatan Wilayah Persekutuan, rakan-rakan ahli Panel Pakar Kajian Syariah JAKIM, Jabatan Mufti, Jabatan Agama Wilayah Persekutuan dan semua yang terlibat menyusun buku ini sama ada secara langsung atau tidak. Semoga segala usaha dan masa yang disumbangkan akan mendapat ganjaran daripada Allah SWT.

Sekian, Wassalam.

DATO' HJ. WAN MOHAMAD BIN DATO' SHEIKH ABDUL AZIZ

Ketua Pengarah
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM)

PENDAHULUAN

Puasa adalah rukun ketiga daripada rukun Islam. Malah ia telah disyariatkan menerusi Firman Allah SWT.:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُتِبَ عَلَيۡكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن
قَبۡلِكُمۡ لَعَلَّكُمۡ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾ أَيَّامٗا مَّعۡدُودَٰتٖۚ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا
أَوۡ عَلَىٰ سَفَرٖ فَعِدَّةٞ مِّنۡ أَيَّامٍ أُخَرَۚ وَعَلَى ٱلَّذِينَ يُطِيقُونَهُۥ فِدۡيَةٞ طَعَامُ
مِسۡكِينٖۖ فَمَن تَطَوَّعَ خَيۡرٗا فَهُوَ خَيۡرٞ لَّهُۥۚ وَأَن تَصُومُواْ خَيۡرٞ لَّكُمۡۖ إِن كُنتُمۡ
تَعۡلَمُونَ ﴿١٨٤﴾

Maksudnya :

"Wahai orang-orang yang beriman! Kamu diwajibkan berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang–orang yang dahulu daripada kamu, supaya kamu bertakwa. (Puasa yang diwajibkan itu ialah) beberapa hari yang tertentu; maka sesiapa diantara kamu yang sakit, atau dalam musafir, (bolehlah ia berbuka) kemudian wajiblah ia berpuasa sebanyak (hari yang dibuka) itu pada hari-hari yang lain ; dan wajib atas orang-orang yang tidak terdaya berpuasa (kerana tua dan sebagainya) membayar fidyah iaitu memberi makan orang miskin. Maka sesiapa dengan sukarela memberikan (bayaran fidyah) lebih dari yang ditentukan itu, maka itu adalah suatu kebaikan baginya; dan (walaupun demikian) berpuasa itu lebih baik bagi kamu (daripada memberi fidyah), kalau kamu mengetahui".

(al-Baqarah : 183-184)

Ayat ini jelas menunjukkan Allah SWT telah mewajibkan orang Islam berpuasa kecuali beberapa golongan sahaja yang harus meninggalkan puasa seperti orang sakit, musafir dan orang tua yang tidak berupaya mengerjakannya.

PENGERTIAN PUASA

Puasa bermaksud menahan diri bermula dari terbit *fajar sadiq* sehinggalah terbenam matahari daripada makan, minum serta melakukan sesuatu yang boleh membatalkannya.

RUKUN PUASA

Rukun puasa ialah :

i. Orang yang berpuasa.

ii. Berniat puasa.
Contoh niat berpuasa, “Aku berpuasa esok hari bagi menunaikan fardhu Ramadhan tahun ini kerana Allah Ta’ala”. Menurut Mazhab Shafie sebaik-baiknya berniat ialah pada setiap malam dalam bulan Ramadhan. Manakala menurut Imam Malik boleh berniat puasa sebulan bulan Ramadhan bagi tahun itu. Contoh niatnya ialah “Aku berpuasa sebulan bulan Ramadhan tahun ini fardhu atasku kerana Allah Ta’ala”.

iii. Menahan diri daripada makan minum dan daripada melakukan sesuatu perkara yang membatalkan puasa mulai daripada terbit *fajar sadiq* (masuk waktu subuh) sehingga terbenam matahari (masuk waktu maghrib).

SYARAT WAJIB PUASA

Syarat wajib puasa ialah :

i. Beragama Islam.

ii. Baligh atau sampai umur.

iii. Sempurna akal.

iv. Berkemampuan melaksanakannya.

SYARAT SAH PUASA

Syarat sah puasa ialah :

i. Beragama Islam.

ii. *Mumayyiz* (boleh membezakan perkara baik dan buruk).

iii. Suci daripada haid dan nifas.

iv. Berniat untuk melaksanakan puasa.

v. Puasa pada hari-hari yang tidak diharamkan berpuasa;

Hari-hari yang diharamkan berpuasa ialah :

i. Hari Raya Puasa
ii. Hari Raya Haji dan pada 11, 12 dan 13 haribulan Zulhijjah (hari-hari Tasyrik).
iii. Hari Syak iaitu hari yang ke 30 bulan Sya'ban. Ini adalah kerana apabila anak bulan tidak kelihatan, orang ramai meragui hari itu sama ada dalam bulan Sya'ban atau Ramadhan. Justeru dilarang berpuasa sunat pada hari tersebut.

PERKARA-PERKARA YANG MEMBATALKAN PUASA

Perkara-perkara yang membatalkan puasa ialah :

i. Makan, minum atau merokok walaupun sedikit dengan sengaja.

ii. Muntah dengan sengaja.

iii. Bersetubuh di siang hari.

iv. Keluar mani dengan sengaja.

v. Keluar darah haid atau nifas walaupun sedikit.

vi. Gila atau hilang akal walaupun seketika sahaja (satu lahzah).

vii. Pitam atau koma (tidak sedarkan diri) sepanjang hari (bermula daripada terbit fajar (waktu subuh) sehingga terbenam matahari (waktu maghrib).

HARUS BERBUKA PUASA

Orang yang diharuskan berbuka puasa adalah seperti berikut :

i. **Orang sakit**
Orang sakit sekiranya ia berpuasa juga akan menambahkan kesakitannya atau melambatkan sembuh penyakitnya, boleh meninggalkan puasa tetapi wajib mengqadha'kannya (ganti) setelah ia sihat.

ii. **Orang musafir**
Orang musafir dengan tujuan yang diharuskan oleh syarak harus berbuka puasa dengan syarat perjalanannya itu melebihi dua marhalah (kira-kira 89 kilometer). Puasa yang ditinggalkan itu wajib diqadha'.

iii. **Hilang keupayaan untuk berpuasa**
Orang tua yang uzur, orang yang lemah kerana penyakit yang tidak ada harapan untuk sembuh atau kerana semula jadinya lemah diharuskan berbuka atau tidak berpuasa langsung. Bagi hari-hari yang ditinggalkan itu wajib dibayar fidyah dengan makanan asasi satu hari satu cupak diberi kepada fakir atau miskin. Golongan orang yang sedemikian tidak wajib mengqadha'kan puasa yang ditinggalkan tetapi hanya memadai dengan membayar fidyah sahaja.

iv. **Perempuan hamil**
Perempuan yang sedang hamil dan bimbang jika ia berpuasa akan membahayakan dirinya, diharuskan berbuka tetapi wajib mengqadha' puasa yang ditinggalkan. Sekiranya ia bimbang akan membahayakan kandungannya, harus baginya berbuka puasa tetapi wajib qadha' serta membayar fidyah bagi setiap hari puasa yang ditinggalkan.

v. **Ibu yang menyusukan anak**
Ibu yang menyusukan anak harus berbuka puasa kalau ia bimbang dengan berpuasa akan memudharatkan dirinya dan wajib qadha' bagi puasa yang ditinggalkan. Jikalau ia berbuka puasa kerana bimbang memudharatkan bayi yang disusuinya seperti kurang air susu atau menjejaskan kesihatan bayinya itu, maka wajib qadha' puasa yang ditinggalkannya beserta membayar fidyah bagi setiap hari puasa yang ia tinggalkan.

PUASA BAGI PESAKIT

Syarak mengharuskan pesakit-pesakit meninggalkan puasa sekiranya ia tidak mampu melakukannya. Ia wajib menggantikannya (qadha') berdasarkan firman Allah S.W.T. ;

أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ ۚ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ
أَيَّامٍ أُخَرَ ۚ وَعَلَى ٱلَّذِينَ يُطِيقُونَهُۥ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ ۖ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا
فَهُوَ خَيْرٌ لَّهُۥ ۚ وَأَن تَصُومُوا۟ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿١٨٤﴾

Maksudnya

"(Puasa yang diwajibkan itu ialah) beberapa hari yang tertentu; maka sesiapa diantara kamu yang sakit, atau dalam musafir, (bolehlah ia berbuka) kemudian wajiblah ia berpuasa sebanyak (hari yang dibuka) itu pada hari-hari yang lain; dan wajib atas orang-orang yang tidak terdaya berpuasa (kerana tua dan sebagainya) membayar fidyah iaitu memberi makan orang miskin. Maka sesiapa dengan sukarela memberikan (bayaran fidyah) lebih dari yang ditentukan itu, maka itu adalah suatu kebaikan baginya; dan (walaupun demikian) berpuasa itu lebih baik bagi kamu (daripada memberi fidyah), kalau kamu mengetahui".

(al-Baqarah : 184)

Sekiranya seseorang pesakit menderita kesakitan dia perlu mendapat nasihat doktor pakar beragama Islam untuk menentukan sama ada boleh berpuasa ataupun sebaliknya. Pesakit yang tiada harapan untuk sembuh, wajib membayar fidyah iaitu memberi makan kepada orang miskin mengikut bilangan hari yang ditinggalkan.

Dr. Wahbah al-Zuhaily memberikan pengertian 'sakit' yang membolehkan berbuka ialah sakit yang mendatangkan kesukaran yang amat sangat. Berkemungkinan sekiranya pesakit itu meneruskan puasanya maka akan mengakibatkan suatu yang buruk terjadi, dibimbangi akan bertambah sakit atau lambat sembuh.

PENGGUNAAN UBAT DAN ALAT-ALAT PERUBATAN KETIKA BERPUASA

Bagi pesakit yang menggunakan ubat dan alat-alat perubatan ke atas anggota badan yang berongga seperti mulut, lubang hidung, telinga, dubur *(Suppository)* dan faraj *(Pessary)* huraian masalah berkaitan adalah seperti berikut :

1. Perkara-perkara yang berkaitan dengan rawatan perubatan yang tidak membatalkan puasa ialah :

i. Menggunakan ubat titis mata, titis telinga dan cucian telinga (dengan syarat tidak sampai batas gegendang telinga);

ii. Pil tablet *nitroglycerin* (GTN) atau ubat yang menyamainya yang diambil secara meletakkannya di bawah lidah tanpa ditelan bagi merawat kesakitan dada *(angina pectoris)* bagi pesakit jantung;

iii. Melakukan prosedur tampalan gigi, cabutan, pembersihan gigi atau memberus gigi dengan syarat individu yang berpuasa tidak menelan apa-apa bahan semasa prosedur rawatan tersebut;

iv. Semua bentuk suntikan sama ada melalui lapisan kulit, otot, sendi, atau salur darah;

v. Pendermaan atau pemindahan darah;

vi. Penggunaan ubat-ubatan dalam bentuk sapuan, balutan dan plaster pada permukaan kulit;

vii. Pengambilan sampel darah untuk ujian makmal;

viii. Memasukkan tiub kecil *(catheter)* melalui salur darah untuk tujuan pemeriksaan seperti prosedur *angiogram* untuk pemeriksaan jantung;

ix. Pemeriksaan *laparoscop,* iaitu pemeriksaan dalaman dengan menggunakan alat yang dimasukkan melalui dinding abdomen untuk pemeriksaan bahagian dalaman pesakit;

x. Berkumur-kumur termasuk berkumur-kumur secara *gargle* (sehingga air hampir ke tekak), dan ubat teraputik semburan ke mulut yang tidak melibatkan proses menelan;

xi. Menjalani *biopsy* iaitu pengambilan spesimen atau cebisan yang diambil daripada hati atau organ–organ lain untuk tujuan analisa makmal;

xii. Penggunaan ubat semburan *(spray)* hidung tanpa disedut;

xiii. Rawatan dialisis untuk masalah pesakit buah pinggang sama ada *hemodialisis* atau *peritonealdialisis*;

xiv. Menjalani rawatan bius setempat atau separuh *(local)* dengan semburan atau suntikan setempat; dan

xv. Penggunaan ubat buasir dengan memasukkan semula kawasan buasir pada tempatnya tanpa melibatkan kawasan rongga yang dalam.

2. Perkara-perkara berkaitan dengan rawatan perubatan yang membatalkan puasa:

i. Penggunaan alat sedutan *(inhaler)* untuk rawatan lelah *(athma)* atau penyakit paru-paru kronik;

ii. Memasukkan sebarang tiub kecil *(pessary)* atau ubat ke dalam faraj *(vaginal suppository)* termasuk prosedur cucian *(wash)*, pemeriksaan dalaman vaginal *(vaginoscope)*, atau pengawai perubatan memasukkan jari untuk melakukan pemeriksaan dalaman vagina wanita;

iii. Memasukkan sebarang tiub *catheter*, alat pemeriksaan dalam saluran kencing *(urethroscope)*, *barium* atau ubat pencuci yang dimasukkan sama ada ke dalam saluran kencing bagi lelaki atau wanita (contohnya memasukkan *'urinary catheter'* untuk rawatan sumbatan salur kencing);

iv. Penggunaan alat seperti *enema*, tiub *suppository*, teropong *protoscope* atau jari pegawai perubatan yang dimasukkan ke dalam dubur atau *rectum* untuk pemeriksaan;

v. Penggunaan teropong usus *(endoscope)* atau teropong perut *(gasteroscope)* untuk tujuan pemeriksaan sistem penghadaman; dan

vi. Penggunaan bius menyeluruh yang melibatkan penggunaan gas.

HUKUM MENINGGALKAN ATAU MEMBATALKAN PUASA

Bagi seseorang yang meninggalkan atau membatalkan puasa dengan sengaja atau kerana sesuatu perkara yang diharuskan oleh syarak maka wajib dia menggantikan (qadha') puasanya seperti berikut:

i. Qadha' sahaja, atau

ii. Qadha' beserta dengan fidyah, atau

iii. Fidyah sahaja, atau

iv. Qadha' beserta dengan kaffarah.

PENGERTIAN QADHA', FIDYAH DAN KAFFARAH PUASA RAMADHAN

i. Qadha' puasa ialah menggantikan puasa wajib (Ramadhan) yang ditinggalkan.

ii. Fidyah puasa ialah mengeluarkan secupak makanan bersamaan 675 gram atau yang senilai dengannya untuk sehari puasa yang ditinggalkan.

iii. Kaffarah puasa ialah denda yang dikenakan kepada orang lelaki yang bersetubuh pada siang hari.

QADHA' PUASA BAGI YANG MENINGGALKANNYA KERANA SAKIT

Hukum orang yang mati dan belum sempat mengqada'kan puasanya terdapat dua keadaan:

1. **Keadaan Pertama:**
   Sekiranya seseorang itu mati dan tidak sempat mengqadha' puasanya kerana uzur yang berterusan dan tiada ruang yang memungkinkan dia mengqadha' puasa seperti sakit, musafir, pengsan, nifas, hamil atau menyusukan anak dan uzur tersebut berterusan hingga ia mati maka tidak wajib ke atas warisnya mengqadha'kan puasa dan membayar fidyah untuknya.

2. **Keadaan Kedua:**
   Si mati berkemungkinan boleh mengqadha' puasa yang ditinggalkan dan ada ruang untuknya berbuat demikian tetapi dia tidak melakukan dengan sengaja sehinggalah ia mati, maka ada dua pendapat:

   i. *Qaul Jadid Imam Syafie*: Wajib dikeluarkan daripada harta peninggalannya, secupak makanan rasmi (makanan asasi) untuk setiap hari yang ditinggalkan dan walinya tidak sah mengqadha' puasa si mati.

   ii. *Qaul Qadim Imam Syafie*: Walinya boleh mengqadha'kan puasa bagi si mati, tetapi bukanlah wajib hukumnya, dan wali boleh memilih sama ada mengqadha'kannya atau membayarkan fidyah.

Pendapat kedua ini adalah paling sahih di sisi Imam Nawawi dan ulama-ulama dalam Mazhab Syafie yang mengkaji pendapat Imam Syafie. Ini kerana terdapat banyak hadith sahih berhubung masalah ini. Antaranya Rasulullah s.a.w bersabda:

مَنْ مَاتَ وَعَلَيْهِ صِيَامٌ، صَامَ عَنْهُ وَلِيُّهُ.

Maksudnya:

"Sesiapa yang mati dan ke atasnya puasa (yang belum ia qadha'kan) maka hendaklah walinya berpuasa untuknya"

(Riwayat Bukhari dan Muslim)

Mereka yang mengqadha'kan puasa si mati boleh terdiri dari kalangan keluarga si mati walaupun bukan waris yang berhak mewarisi hartanya.

Sah qadha' puasanya yang dilakukan oleh *ajnabi* (sahabat, jiran dan sebagainya) dengan izin *wali* (waris) si mati atau wasiat si mati, sama ada di beri upah atau tidak iaitu sama seperti ibadat Haji. Tidak sah jika tidak mendapat keizinan terlebih dahulu dari wali (waris) si mati atau wasiat si mati.

Pendapat yang jelas di sisi Imam Nawawi ialah sah puasa yang dilakukan oleh 30 orang bagi menggantikan 30 hari yang ditinggalkan oleh si mati di mana qadha' tersebut dilakukan pada hari yang sama.

QADHA’ PUASA BESERTA FIDYAH

Golongan yang diwajibkan qadha’ puasa Ramadhan beserta dengan bayaran fidyah adalah seperti berikut:

i. Orang yang melengah-lengahkan qadha’ puasa Ramadhan sehingga masuk bulan Ramadhan tahun berikutnya.

ii. Perempuan hamil yang berbuka puasa kerana dibimbangi memudaratkan bayi dalam kandungannya.

iii. Ibu yang menyusukan anak berbuka puasa kerana dibimbangi kekurangan susu untuk anaknya. Begitulah juga hukumnya bagi ibu yang mengambil upah menyusukan bayi.

FIDYAH PUASA

Fidyah puasa bererti denda yang dikenakan ke atas seseorang yang meninggalkan puasa Ramadhan dengan sebab-sebab seperti berikut:

i. Sakit yang tiada harapan sembuh yang telah disahkan oleh pegawai perubatan, tidak wajib qadha’ tetapi wajib membayar fidyah sahaja.

ii. Orang tua yang tidak berkemampuan lagi untuk berpuasa Ramadhan wajib membayar fidyah sahaja.

QADHA’ PUASA BESERTA KAFFARAH

Bagi orang lelaki yang melakukan persetubuhan pada siang hari bulan Ramadhan, wajib qadha’ serta membayar kaffarah puasa. Walau bagaimanapun bagi perempuan yang disetubuhi tidak dikenakan kaffarah tetapi puasanya terbatal dan wajib diqadha’. Kaffarah yang dimaksudkan adalah mengikut tertib seperti berikut:

i. Memerdekakan seorang hamba beragama Islam yang sempurna sifat tubuh badannya;

ii. Sekiranya tidak mampu, hendaklah berpuasa dua bulan berturut-turut. Sekiranya terbatal satu hari, wajib dimulai dengan puasa yang baru;

iii. Jika tidak berupaya juga maka hendaklah memberi makan secupak seorang kepada fakir miskin seramai 60 orang.

PANDUAN NASIHAT DAN DOA

1. Islam menggalakkan umatnya berusaha mencari ubat apabila ditimpa penyakit.

2. Semua orang wajib yakin bahawa ketentuan sihat dan sakit itu adalah ditentukan oleh Allah SWT. Rasulullah SAW bersabda maksudnya:

"إِنَّ اللهَ أَنْزَلَ الدَّاءَ وَالدَّوَاءَ وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَتَدَاوَوْا وَلاَ تَدَاوَوْا بِحَرَامٍ".

Maksudnya:

"Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan ubat dan Dia menjadikan setiap penyakit itu ada ubatnya. Maka berubatlah tetapi janganlah kamu berubat dengan benda yang haram".

(Riwayat Abu Daud)

3. Pesakit-pesakit hendaklah berehat untuk mengembalikan kekuatan emosi, fizikal dan mental.

4. Perbanyakkan mengingati Allah SWT, semoga Dia memberikan pertolongan ketika kita dalam keadaan sihat dan lebih-lebih lagi semasa sakit. Allah SWT. berfirman maksudnya:

فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ ۝١٥٢

Maksudnya:

"Ingatlah kamu kepadaKu (dengan mematuhi hukum dan undang- undangKu), supaya Aku membalas kamu dengan kebaikan ..."

(al-Baqarah: 152)

5. Allah SWT memberi keringanan kepada pesakit dengan berbuka puasa demi untuk memelihara kesihatan mereka.

6. Allah SWT mengharuskan bertayammum bagi pesakit-pesakit yang tidak boleh menggunakan air, bertujuan untuk mengelakkan kemudaratan kepada pesakit.

7. Penyakit boleh dikawal dengan berubat di samping menjaga makan minum, contohnya kepanasan demam boleh dikurangkan dengan memperbanyakkan minum air. Sabda Rasulullah SAW Maksudnya:

عَنْ عَائِشَةَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: اَلْحُمَّى مِنْ فَيْحِ جَهَنَّمَ فَابْرُدُوهَا بِالْمَاءِ.

Maksudnya:

"Daripada Aisyah RA, daripada Nabi SAW bersabda demam adalah daripada bahang api neraka jahannam. Oleh itu sejukkanlah ia dengan air".

(Riwayat Bukhari dan Muslim)

8. Penyembuh yang sebenarnya ialah Allah SWT. Oleh itu pesakit-pesakit hendaklah berusaha dan berikhtiar dengan berubat di samping memperbanyakkan berdoa kepada Allah SWT Firman Allah SWT yang bermaksud:

وَقَالَ رَبُّكُمُ ٱدْعُونِيٓ أَسْتَجِبْ لَكُمْ

Bermaksud:

"Berdoalah kamu kepadaKu nescaya Aku perkenankan doa permohonan kamu".

(al-Mu'min: 60)

9. Kita mestilah memahami bahawa kesabaran menghadapi ujian adalah penting di samping bertawakkal, kerana kesabaran itu akan menghapuskan (mengkaffarahkan) dosa. Sabda Rasulullah SAW yang bermaksud:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ وَأَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّهُمَا سَمِعَا رَسُوْلَ اللهِ صَلَّ اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: مَا يُصِيبُ الْمُؤْمِنَ مِنْ وَصَبٍ وَلا نَصَبٍ وَلا سَقَمٍ وَلَا حَزَنٍ حَتَّى الْهَمِّ يُهَمُّهُ إِلَّا كُفِّرَ بِهِ مِنْ سَيِّئَاتِهِ.

Maksudnya:

"Daripada Abu Said dan Abu Hurairah RA, sesungguhnya mereka mendengar Rasulullah SAW bersabda : Tidaklah seorang Muslim ditimpa oleh keletihan, kerisauan, kedukacitaan, penyakit atau permasalahan walaupun kesakitan berupa duri (yang mencucuknya), melainkan ini merupakan penebus kepada dosanya".

(Riwayat Bukhari dan Muslim)

10. Pesakit hendaklah berharap sepenuhnya kepada Allah SWT kerana Dia sahajalah yang boleh menyembuhkan penyakit dan memberikan segala pertolongan.

11. Di antara amalan baik yang diamalkan ketika sakit ialah dengan memperbanyakkan zikir di antaranya dengan menyebut tasbih (سبحان الله), tahmid (الحمد لله), dan takbir (الله اكبر). Berzikir boleh menenangkan jiwa di samping meringankan beban kesakitan. Firman Allah SWT yang bermaksud:

    ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

    Maksudnya:

    "Ketahuilah! Dengan berzikir kepada Allah itu, tenang tenteramlah hati manusia".

    (al-Ra'd: 28)

12. Pesakit yang berkemampuan membaca ayat-ayat suci Al-Quran dinasihatkan berbuat demikian sebagai penawar bagi penyakitnya. Firman Allah SWT yang bermaksud:

    وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلۡقُرۡءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٞ وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ ... ٨٢

    Maksud :

    "Dan Kami turunkan dengan beransur-ansur dari Al-Quran ayat-ayat suci yang menjadi ubat penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman kepadanya".

    (al-Israa': 82)

13. Penyakit-penyakit hati terjelma dalam bentuk kecenderungan untuk mengikut hawa nafsu dan melakukan maksiat kepada Allah SWT seperti berzina, berjudi, meminum arak, hasad dengki, tamak haloba, panjang angan-angan, menghisap dadah dan lain-lain.

14. Kesan penyakit hati akan membawa kepada penyakit otak dan jiwa yang dikenali sebagai kegilaan *(maniac)*, penyakit tekanan jiwa *(depression)*, dan lain-lain lagi.

15. Pakar-pakar perubatan moden telah menemui banyak penyakit boleh dicegah dengan menjaga kebersihan. Maka disarankan agar umat Islam sentiasa menjaga kebersihan sesuai dengan ayat al-Quran yang menunjukkan bahawa kebersihan itu dituntut.

Maksudnya:

"Dan pakaianmu hendaklah kamu bersihkan."

(al-Muddathir: 4)

16. Umat Islam digalakkan supaya sentiasa membersihkan diri seperti *beristinja'*, berkumur-kumur, menggosok gigi, memasukkan air ke dalam hidung *(istinsyak)*, memotong kuku, membersihkan jari-jemari, mencabut bulu ketiak, mencukur bulu kemaluan, mengandam misai, berkhatan dan lain-lain lagi yang boleh mencegah daripada merebaknya pelbagai jenis penyakit.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى
اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: الفِطْرَةُ خَمْسٌ أَو خَمْسٌ مِنَ الْفِطْرَةِ؛ اَلْخِتَانُ
وَالإِسْتِحْدَادُ وَنَتْفُ الْإِبْطِ وَتَقْلِيمُ الْأَظَافِرِ وَقَصُّ الشَّارِبِ.

Maksudnya:

"Daripada Abu Hurairah RA katanya: Lima perkara yang menjadi fitrah manusia atau lima perkara fitrah iaitu berkhatan, memotong bulu ari-ari, mencabut bulu ketiak, memotong kuku dan memendekkan misai."

(Riwayat Bukhari)

17. Para pesakit dinasihatkan agar memberi maklumat yang tepat dan jelas kepada doktor semoga penyakitnya dapat dikenalpasti dengan mudah.

18. Pesakit dinasihatkan supaya mengambil ubat mengikut arahan doktor agar penyakitnya cepat sembuh.

19. Pesakit-pesakit kronik yang memerlukan rawatan ubat secara berterusan boleh menyesuaikan waktu pengambilan ubat daripada siang kepada waktu malam supaya puasa dapat dilaksanakan.

20. Pengambilan ubat secara berlebihan boleh membahayakan kesihatan dan menambahkan beban pesakit.

21. Pesakit dinasihatkan supaya memberitahu doktor jenis ubat yang sedang atau yang telah digunakan sebelum ubat baru diperolehi.

22. Pesakit dinasihatkan tidak berkongsi ubat dengan pesakit lain walaupun jenis penyakit yang sama. Tanda-tanda yang sama bagi kebanyakan penyakit memerlukan kepada rawatan yang berlainan.

23. Pesakit akan selamat dan segera sembuh sekiranya kaedah penggunaan ubat dengan cara yang betul dan nasihat doktor tidak diabaikan.

24 Pesakit hendaklah senantiasa ingat dan berdoa kepada Allah SWT sebagaimana Rasulullah SAW sedang gering, Baginda memasukkan dua tangannya di dalam bekas air kemudian menyapu mukanya dengan kedua-dua belah tangannya yang mulia dan membaca doa:

اَللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى غَمَرَاتِ المَوْتِ وَسَكَرَاتِ المَوْتِ.

Maksudnya:

“Ya Allah tolonglah aku dalam menghadapi mati dan menempuh Sakaratul Maut”.

(Riwayat al-Tirmizi)

25. Doa ketika merasa takut atau terkejut.

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ
وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينَ وَأَنْ يَحْضُرُونِ.

Maksudnya:

“Aku berlindung dengan kalimah-kalimah Allah yang sempurna dari kemarahanNya, seksaNya, kejahatan hamba-hambaNya, bisikan-bisikan syaitan dan dari kehadiran mereka itu”.

(Riwayat Abu Daud)

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ.

Maksudnya:

"Aku berlindung dengan kalimah-kalimah Allah yang sempurna dari segala syaitan dan dari segala binatang yang berbisa dan dari segala mata yang menimpakan keburukan kerana melihatnya."

(Riwayat al-Bukhari)

26. Bacaan ketika memulakan makan atau minum:

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَـٰنِ ٱلرَّحِيمِ.

27. Seandainya terlupa membaca Bismillah pada permulaan makan, minum ataupun amalan yang baik boleh dibaca ketika teringat;

بِسْمِ اللهِ أَوَّلَهُ وَآخِرَهُ.

Maksudnya:

"Dengan nama Allah pada awal dan pengakhirannya".

28. Doa ketika makanan dihidangkan.

اَللَّهُمَّ بَارِكْ لَنَا فِيمَا رَزَقْتَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

Maksudnya:

"Ya Allah! Berkatilah ke atas kami apa yang telah Engkau rezekikan kepada kami dan peliharalah kami dari azab neraka."

29. Doa selepas berbuka puasa:

اَللَّهُمَّ لَكَ صُمْتُ وَعَلَى رِزْقِكَ أَفْطَرْتُ.

Maksudnya:

"Ya Allah kerana Engkau aku telah berpuasa dan dengan rezeki Engkau aku telah berbuka".

30. Doa selesai makan:

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ.

Maksudnya:

“Segala puji kepunyaan Allah yang telah memberi makan dan minum kepada kami dan telah menjadikan kami orang Islam.”

31. Doa ketika hendak masuk tandas:

اَللّٰهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ.

Maksudnya:

“Ya Allah! Aku berlindung diri dengan Engkau dari gangguan syaitan jantan dan dari gangguan syaitan betina.”

32. Doa ketika keluar tandas:

غُفْرَانَكَ، اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأَذَى وَعَافَانِيْ.

Maksudnya :

“Aku memohon keampunanMu, segala puji bagi Allah yang menghilangkan daripadaku bencana dan telah meng’afiatkan daku.”

33. Doa ketika hendak tidur:

بِاسْمِكَ اللّٰهُمَّ أَحْيَا وَأَمُوتُ.

Maksudnya:

“Dengan nama Engkau ya Allah aku hidup dan mati.”

34. Doa ketika bangun dari tidur.

اَلْحَمْدُ للهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَمَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ.

Maksudnya:

"Segala pujian kepunyaan Allah yang telah menghidupkan kami selepas mematikan kami dan kepadaNya kami dibangkitkan kelak".

35. Doa ketika sukar untuk tidur.

اَللَّهُمَّ غَارَتِ النُّجُومُ وَهَدَأَتِ الْعُيُوْنُ وَأَنْتَ حَيٌّ قَيُّوْمٌ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ وَلاَ نَوْمٌ أَهْدِئْ لَيْلِيْ وَأَنِمْ عَيْنِيْ.

Maksudnya:

"Ya Allah telah terbenam bintang-bintang dan telah tidur segala mata. Engkau Tuhan yang hidup dan tetap menguruskan segala urusan dengan sendirinya, tidak mengantuk dan tidak tidur. Tenangkanlah malamku dan tidurkanlah mataku."

36. Pesakit digalakkan supaya membaca doa sendiri dengan meletakkan tangannya di tempat sakit dan seterusnya membaca.

بِسْمِ اللهِ (3 kali)

أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ (7 kali)

Maksudnya:

"Dengan nama Allah aku berlindung dengan kebesaran Allah dan kekuasaanNya dari kejahatan apa yang aku rasai dan aku bimbangi."

(Riwayat Muslim)

37. Doa untuk menjauhkan anak-anak kecil dari gangguan syaitan.

أُعِيْـذُكَ بِكَلِمَـاتِ اللهِ التَّامَّـةِ مِـنْ كُلِّ شَـيْطَانٍ وَهَامَّـةٍ وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ.

Maksudnya:

"Aku mohon engkau dilindungkan dengan kalimah-kalimah Allah yang sempurna dari segala syaitan dan binatang-binatang merbahaya dan dari segala mata yang menimpakan keburukan kerana melihatnya".

38. Pesakit dinasihatkan banyak membaca zikir ini.

لَا إِلَـهَ إِلَّا اللهُ واللهُ أَكْبَرُ. لَا إِلَـهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَـرِيْكَ لَـهُ. لَا إِلَـهَ إِلَّا اللهُ ، وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللهِ.

Maksudnya:

"Tiada tuhan selain dari Allah dan Allah Maha Besar. Tiada tuhan selain dari Allah, Yang Esa tiada sekutu bagiNya. Tiada tuhan selain dari Allah, tidak ada daya upaya dan tidak ada tenaga kekuatan melainkan dengan Allah."

39. Pesakit dinasihatkan membaca Selawat Syifa'.

اَللَّـهُمَّ صَـلِّ عَـلَى سَـيِّدِنَا مُحَـمَّدٍ طِـبِّ الْقُلُـوبِ وَدَوَائِهَـا، وَعَافِيَـةِ الْأَبْـدَانِ وَشِـفَائِهَا، وَنُـورِ الْأَبْصَـارِ وَضِيَائِهَا، وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ.

Maksudnya:

"Ya Allah ya Tuhan kami, limpahkanlah rahmat ke atas junjungan kami Nabi Muhammad SAW yang dengannya dapat mengubati hati (yang kusut) dan menjadi penawar, menyihatkan badan (dari segala penyakit) yang menyembuhkannya, menjadi cahaya bagi pemandangan (mata) dan menyinarkannya dan limpahkanlah rahmat dan kesejahteraan kepada keluarga dan sahabat-sahabat baginda sekalian."

PENUTUP

Kewajipan berpuasa berbeza dengan kewajipan solat di mana kewajipan solat tidak boleh ditinggalkan walaupun dalam keadaan sakit. Manakala puasa boleh ditinggalkan bagi mereka yang sakit atau uzur syarie dan wajib menggantikannya pada hari-hari yang lain di luar bulan Ramadhan. Rukhsah atau keringanan ini adalah satu keistimewaan yang diberikan oleh syara' kepada umat Islam. Semoga risalah ini dapat memberi panduan dan manfaat kepada umat Islam khususnya pesakit-pesakit dalam melaksanakan ibadah puasa.

JAWATANKUASA PENERBITAN RISALAH PANDUAN BERPUASA BAGI PESAKIT

1. Pengerusi : Hj. Abd. Halid bin Sintol
   Pengarah Bahagian Dakwah (JAKIM)

2. Pakar Rujuk : Dato' Hj. Mohd Saleh bin Hj. Ahmad
   Kuliyah Undang-undang Ahmad Ibrahim, UIAM

3. Ahli : Dr. Hj. Sallehuddin bin Abu Bakar KMN.AMN
   Jabatan Kesihatan Wilayah Persekutuan

   Hj. Mazlan bin Abdullah
   Jabatan Agama Islam Wilayah Persekutuan

   Hj. Mat Jais bin Kamos
   Jabatan Mufti Selangor

   Hjh. Azizah binti Che Hassan
   Jabatan Mufti Wilayah Persekutuan

   Hj. Mokhtar bin Abd. Rahman
   Panel Penulis (JAKIM)

   Hjh. Zainab binti Ab. Rahman
   Bahagian Dakwah (JAKIM)

4. Penyelaras dan Urusetia Bersama

   : Bahagian Dakwah

   : Bahagian Penyelidikan

   : Bahagian Penerbitan

   : Bahagian Pengurusan Fatwa dan
   Pembangunan Ijtihad

RUJUKAN

1. Jabatan Perdana Menteri, 1980, Al-Quran - Tafsir Pimpinan Ar-Rahman Kepada Pengertian Al-Quran, Kuala Lumpur.

2. Ahmad ‘Isa ‘Asyur, Al-Qahirah, 1988, Al-Fiqh al-Muyassar Fi al-‘Ibadat Wa al-Mu‘amalat, Jilid 2, Dar Al-Yusif. Hal 245.

3. Prof. Dr. Abd. Hamid Arshat, 1988, Titisan Zuriat, Kuala Lumpur, : Pustaka Wira, Hal 4.

4. Ahmad Al-Qalasy, Kasyfu al-Khafa Wa Muzil al-Albas, Juzuk 1, Al-Qahirah: Dar Al-Turath, Hal 258.

5. Dr. Amran Kasimin dan Prof. Dr. Haron Din, 1988, Rawatan Pesakit menurut Al-Quran dan Al-Sunnah, Kuala Lumpur : Percetakan Watan Sdn. Bhd. Hal 32.

6. Dr. Danial Zainal Abidin, 1988, Konsep Perubatan Islam, Pulau Pinang: Pustaka Nahnu, Hal 14-72.

7. Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, Al-Tibb Al-Nabawi, Beirut: Dar Al-Fikr, Hal. 24.

8. 1993, Kamus Dewan Edisi Baru, Kuala Lumpur : Dewan Bahasa dan Pustaka, Hal 323.

9. 11-12 April 1984, Keputusan Muzakarah Jawatankuasa Fatwa Kebangsaan pada, Di Bilik Gerakan, Jabatan Kerjaraya, Ipoh, Perak.

10. Dr.Mohd. Baidi bin Bahari Dan Dr. Rahmat bin Awang, 1989, Panduan Mengguna Ubat, Kuala Lumpur : Dewan Bahasa dan Pustaka, Hal 1.

11. Dr.Mustafa Al-Khin, 1992, Al-Fiqh Al-Manhaji ‘Ala Mazhab Al-Imam Al-Syafi‘e, Juzuk 2, Damsyek : Daru Al-Qalam, Hal 92-95.

12. Muhammad Syatta Al-Dimyati Al-Bikri, 1995, Hasyiah I'anah Al-Tholibin, Juzuk 2, Beirut : Daru Al-Kutub Al-'Ilmiyyah, Hal 357-368.

13. Al-Nawawi, Al-Azkar, Al-Qahirah : Maktabah Al-Mutanabbi, Hal 117-212.

14. Al-Syeikh Daud Al-Fatoni, Matla' Ul-Badrain Wa Majma' Ul-Bahrain, Penerbit : Nahdi Trading, Hal 61.

15. Al-Syeikh Ismail Al-Fatoni, Tahun 1932, Kifayah Al-Muhtadi, Tanpa Penerbit, Hal 158.

16. Syed Yusuf bin Ali Al-Zawawi, 1971, Fatwa-Fatwa Mufti Kerajaan Terengganu, Kuala Terengganu: Jabatan Hal Ehwal Agama Terengganu, Hal 20.

17. Sarip bin Adul, 2002, Panduan Puasa Ramadhan, Jabatan Kemajuan Islam Malaysia, Cetakan Kedua.